

第114回公開シンポジウム

子どもの虐待と脳科学 ～アタッチメント(愛着)の視点から～

◆プレゼンター

友田 明 美

福井大学子どものこころの発達研究センター教授／発達支援研究部門

◆パネリスト

西 尾 新

甲南女子大学総合子ども学科教授／教育心理学・人間発達論

◆司 会

一 色 伸 夫

甲南女子大学総合子ども学科教授／子どもメディア学

一色：それでは第114回「子ども学」講演会を始めます。

乳幼児期に家族の愛情に基づく情緒的な絆（アタッチメント）が形成され、安心感や信頼感の中で興味・関心が広がります。しかし人生の早期に幼い子どもが想像を超える恐怖と悲しみにさらされる被虐待体験は、子どもの人格形成に深刻な影響を与えてしまいます。子どもたちは深い心の傷（トラウマ）を抱えたまま、人生に立ち向かわなければならないのです。被虐待児たちが受けるトラウマは「後遺症」となり、将来に渡って子どもに影響を与えるのです。

本日はとても素晴らしい先生にプレゼンターとして来ていただきました。福井大学子どものこころの発達研究センター教授・発達支援研究部門の友田明美先生です。ご専門は小児発達学、小児精神神経学、社会融合脳科学です。福井大学子どものこころの発達研究センター発達支援研究室及び同大学医学部附属病院子どものこころ診療部で小児科医として子どもの発達に関する診療、研究、教育をされておられます。1987年、熊本大学医学部卒業、医学博士課程、同大学大学院小児発達学分野准教授を経て、2011年6月から福井大学子どものこころの発達研究センター教授となりました。

また国内外の研究者と一緒にMRIという脳の画像を撮る機械を使って子どもたちの脳について調べるなど、国際的にも様々な研究をされています。先生のお話の前ではありますが、日本の脳科学者としてハーバード大学と共同で行った児童虐待が脳を委縮させる件についての研究が大変有名だと伺っております。最近わかってきたのは、児童虐待を受けることで脳の大事な部分が傷つくということです。この傷がずっと続くと、虐待を受けた子どもは大人になっても辛い思いをするのです。ではこの傷をどうやって治していくのか、そこを目標して常に研究をなさっている素晴らしい先生です。

そしてもう一人、総合子ども学科教授の西尾新先生です。本学では、教育心理学・人間発達論の授業をされていらっしゃいます。

では、さっそく友田先生にお話を伺いたいと思います。よろしくお願いいたします。

友田：では皆様、あらためましてこんにちは。今日はよろしくお願いします！ 福井から来ました友田です。一色先生がワイヤレスマイクを渡してくださったと言うことは、私がうろうろしてもいいということかと、お認めいただいたと。歩きながらいろんな人にちょっと質問しながら講義をしていこうかなと思います。大変便利なワイヤレスのポインターもいただきましたし。

私は先程ご紹介いただいたように、ちょうど30年前、小児科医になりました。あら、年がばれてしまいますね(笑)。30年、子どもの発達に関わる仕事をしてきました。赤ちゃん、新生児から乳児期、それからよちよち歩きして、小学校に入りまして学童、そして、まあ小学校6年ぐらい、中学校入る頃に思春期を迎えます。女の子も男の子も思春期を過ぎて、思春期の嵐。そして青年になって、大人になって。その青年期までをずっと見ている仕事をしています。そうすると、子どもってね、本当に毎日変化しているんです。一日一日絶えず変化している年代と思ってください。だから子どもは大人のミニチュアじゃないんです。大人の小さい版が子どもと思ったら違うんです。絶えず変化している存在、私はその子どもの専門です。

その中で小さい時期に親からどういう育て方をされたかによって、一生引きずる心のトラブルになるっていうこと、それがわかってきたんですね。それを私の専門である脳科学という立場からわからないかなあと思って、今日まで研究しています。今日はアメリカでやってきた共同研究、それから後半に日本国内でやってきた研究。そういったものを紹介しながら、子ども学講演会、まさに私のためにあるような専門領域です。それを紹介させていただきます。

皆さん、「マルトリートメント」って聞いたことがありますか。初めて聞いた人、手を挙げて。じゃあ、半分くらいは知っているんだ。マルトリートメントとは「不適切な関わり」とか、「不適切な養育」って言うんです。聞いたことある？ ない？ じゃあ、今日しっかり覚えて帰って。今日帰ったら、合言葉は「マルトリートメントを社会からなくす」っていうこと。これを理解していただければと思います。

「虐待、ネグレクト」というのは、厚生労働省の定義なんです。WHO が2014年に新しくしっかり定義したのは、「子どもの健康、生きる権利、発達に害をなしたり、人格形成に関わるすべての、つまり親や養育者、周りの大人からの不適切な関わり」をマルトリートメントとしましょう。そしてこの最後にも書いてあるように「子どもに密接に関わる人への暴力」、子どもにとって大事な人、親とか養育者とか、そういう人への暴力も、子どもへのマルトリートメントであると。いいですか、子どもは暴力を受けないけれども、大事な人が罵倒されたり、ののしられたりするのを見ると、見させられる行為、これもマルトリートメントですよ。いいですか、ここまで。

でね、そういうマルトリートメントに対応するのは、児童相談所なんです。去年の速報値が8月に出まして、なんと児童虐待12万件ですよ。20年間で80倍に増えているんです。「えーっ」と思うでしょう、皆さん。子どもは減っているでしょう。子どもの数は減っているのに、なんで

こんなに増えているのかと。こういうことなんです。このように右肩上がり。統計を取り出してから、マルトリートメントに対応する件数がどんどん増えて来ている。子どもは減っているんですよ、少子化なんですよ。その中でなんで増えていると思う？ わかるかな？ ちょっとわからない？ リピートが増えているんですよ。リピートが。1回じゃ終わらない。親御さんが子どもに不適切な関わり、マルトリートメントをしていると、近所とか、学校の先生とか、保育園の先生、児童相談所からとか、場合によっては保健所、保健センターに通告、情報が提供されるんですね。そうすると児童相談所が対応して、もう二度と子どもに不適切な関わり、マルトリートメントしませんと、1回は反省するんですけども、時間がたつとまたするんです。結局、何回も何回もリピートするから、この数が増えていくんです。幸いなことに通告が早くなって、子ども虐待で亡くなる、とくに赤ちゃん、乳幼児の死亡数は減ってきているんですけども、この対応件数はどんどん増えているんです。

しかも、ここに書いてあるように、マルトリートメントをするのはお母さん、実のお母さんが5割ですよ。実のお父さんが3割。なぜお母さんが多いと思いますか、わかる？ 養育者がお母さんだからです。子育てを担っているのはお母さんだからです。いろんな家庭があると思うんだけど、いろんな家庭があっても、子育ては実のお母さんが一番になっているので、だいたい5、6割が実のお母さんによる虐待になってしまうんです。

でも、今ね、イクメン、皆さんも1回は聞いたことがあるでしょう。お父さんが専業主夫して、お母さんが仕事をしに行く、そういった家庭が増えているんですね。そうすると、このパーセンテージは変わると言われているんです。これが反対、ひっくり返る。どっちにしろ、お腹を痛めて産んだわが子をなんでマルトリートメントするか。なぜだと思いませんか？ 後でピットフォール、お教えます。なぜしてしまうのか、それが少しずつわかってきたんですね。

さあ、これはとっても大事なピラミッドです。なんか上がらないからびっくりするかもしれないけど、ピラミッドがあるんです。小さい時期にマルトリートメントを受けて育った赤ちゃんや幼児がどういうふうに関係を終えるのか、というのをね、1990年代にアメリカで千人以上の赤ちゃんをずーっと、受胎のときから、お腹の中に宿ったときから亡くなるまで、ライフステージを追ったんです。すごい研究でしょう。そうすると、こうした小さいときの経験で寿命に影響があるとわかったんです。なんと80代まで生きられる人生が60代で終わっちゃうの。今、日本はすごい長寿国ですね。もうすぐ90代にまで寿命が延びるかもしれないと言われている。一色先生は100歳くらいまで、110歳くらいまで、がんばって大学への坂をのぼりながら来られると思いますけど(笑)。要は、寿命にまで影響するのが、この小さいときのマルトリートメントなのだとわかってきたんです。

さあ、順番に段階を見ていきますね。これを受けちゃうと、もう早い時期に神経発達が混乱しちゃうの。神経発達、つまり発達に影響を及ぼしてしまう。いいですか。乳幼児期のそういった不適切な関わりを受けることだけで、そういった神経発達の混乱が出てくる。しかも、社会的な障がい、人と人との関係、対人関係への障がいも出てくる。コミュニケーションとか、相手の心

を思いやるような、共感性、そういったものに影響が出てくる。ここに、情緒的な障がい、不安やうつがずーっとつきまとうのです。そして認知の障がい。まさしく IQ です、知能にまで影響を及ぼす。知能が伸びないということもわかってきたんです。膨大な研究でわかってきたんです。

しかも、ある時期から健康を害するような行動に順応していきます。どういうことかということ、薬物、使ってはいけない恐ろしい非合法の薬物に手を染めていくんです。京都で小学校6年の男の子が大麻を吸っていたということがあった、3年前に報道されました。あれは典型的ですね。小学生、場合によっては低学年がシンナーを吸っていたとか、そういう早い時期にこういう健康を害するものなんだけれど、気分が上がるように手を付けてしまうんですね。そして、それから逃れなくなって犯罪を犯してでもその薬物を手に入れようとしたら、もう依存症となってしまいます。後でその依存症がどんどん増えていることもお知らせします。

そして、これだけでは終わらないんです。健康を害する行動、嗜癖（ちへき）とかアディクションとか言うんですけれども、それだけでは終わらなくて、実は病にかかりやすくなるんです。神経免疫の機能が落ちる、発がんリスクが増える。それからメタボにもなりやすい。遺伝子、DNAの読み取りとか転写まで変わって行って、いろんな障がいになるんです。社会に適応できない、生活に困窮して生活保護費を申請したりしています。そして早死にするんですよ。なんと、心疾患や肺がんにかかるリスクが、この底辺があるだけに3倍上がって、何度も言うように寿命が20年も縮まんです。普通に80代まで生きられる人が60代で早死にしてしまう。こういう事実がわかってきたんですよ。

ここを何とか予防したり、科学的な違いを見て早く介入する、このピラミッドの一番上までいかないでいいように介入する。これは私たち、あなたたちの世代ですよ。私たちの世代がしないと、次の世代はもっと大変になります。いいですか。

小さい時期にいろんな病気になるんですけれども、心の病気になりやすいことがわかってきたんです。それも小さい時期の虐待の現場から引き離されて安全な場所に落ち着いた後に、思春期を過ぎて青年期、大人になった頃に心の病気が出てくるんですね。その原因がこれだけあるんです。小さい時期のマルトリートメントを受けた種類、暴言、虐待、激しい体罰、場合によっては性的虐待、ネグレクト、そういったことを受けたこと、数、いつ受けたか、受けた期間、そして遺伝ですね。実はおじいちゃん、おばあちゃんもマルトリートメントを受けていた、その同じようなマルトリートメントをお父さんお母さんに繰り返す、そういった遺伝的な。それから、ここに「エピジェネティクス」という初めて聞いた言葉があると思うんですけれども、これは遺伝的な配列は一緒なんですけれども、うまくいけばそれがずっと使われないで済むのに、こういういろんな悲惨なマルトリートメントを受けることによってスイッチがオンになってしまったら、いろんな問題行動になり、発達にひずみがきたり、それを「エピジェネティクス」と言います。こういうことで脳の発達に影響を及ぼすんですね。

そうすると、こういうことになるんですね。いろんな…うつ病、多重人格、場面場面で記憶や

意識が飛んでしまうんです。私が診ている小学校3年生の男の子は3日前に防犯カメラに万引きしているところが映っているんですけども、本当に覚えていないんです。「カメラに映っていたよ」と言っても、まったく違う別人格の、その子なんだけれども人格が変わったときに万引きしてしまうんです。そういう「解離」という症状もあります。さっき言った薬物依存症、場合によっては心の病で非常に重症と言われている統合失調症、これは何回も入院を余儀なくされます。またPTSD。これを初めて聞いた人、手を挙げてください。ああ、一人だけね。大震災とか台風、ハリケーン、津波、そういった災害に遭ったけれど、命からがら逃げて命が助かった人。そういった人たちで10年くらいたったときに、恐ろしい現場がフラッシュバックする、よみがえってくる、そういうのをPTSDと言います。こういうマルトリートメントを親から受けて、もうそれがなくなった後、恐ろしいマルトリートメントを受けた雰囲気とか状況が急に夜中によみがえってくる、そういうのをPTSDと言います。

そういう小さい時期の不適切な関わり、何度も言うように虐待も含めたマルトリートメントを受けて、大人になった後にうつ病、アルコールや薬物依存症になりやすい。しかし、すごい研究が出てきて、この世の中から虐待を含めたマルトリートメントがなくなると、うつ病の50%はなくなりますよと、そしてアルコール・薬物依存症、薬物汚染と言われるでしょう、脱法ハーブもそれですよ。大麻もそうですよ、覚醒剤、ヘロイン。そういったものに手を付けてやめられなくなるような依存症が65%なくなる。そして手を付けてしまう、その最初の50%がなくなる、自殺を繰り返す、死にたいと考える自殺企図が67%、ひいては静脈注射薬物乱用、これが8割近くもなくなりますよと。私たちの税金で成り立っている医療費の削減にもつながるんですよ。

このスライドを二人の人に見せたいと思っていました。一人は成功しました。安倍総理。去年12月に永田町に行って勉強会をしていただいて、そのときにこれを見せたんです。経済のアベノミクスも大事だけれど、こういうことも大事なんですと。そのとき、暴言をいっぱい吐かれた女性議員さんもいたんですけどね。なかなか響かなかったですね。もう一人、トランプ大統領に見せたい。戦争するよりも、国境をつくるよりも、こういうことにもっとしっかりとお金を使ってほしいんです。知っていましたか、2012年、花園大学におられる和田先生が計算してくださったんですけども、子ども虐待によって1年間だけで生じてしまう社会的な経費損失、いくらだと思う？1兆6千億円。私なんか土日身を粉にして働いても一生稼げないお金。たった1年間で。もう5年たってますからね、もっと増えてますよ。社会的な経費損失がすごいんです。そして心の病気になる。いろんな病気にもなりやすい。長生きもできない。それが子ども虐待なんです。

ここからが専門の話です。ここから話を進めていきますね。乳幼児期に脳が育つって、さっき毎日毎日変化していると言いましたが、とくにおぎゃあと生まれてから300gだったのが、ここに書いてあるように1歳で7割くらいになります。4歳で95%くらいに膨らむ。脳は時間だけで膨らむわけじゃない。ここにも書いてあるように、学習経験、活動、いろんな経験をすることによって、脳がどんどん、どんどん、社会性の備わった大人の脳に成熟していくんです。だから

脳は簡単に一足飛びに成熟するんじゃないんです。

ここは大事なところですから。皆さん、知っていましたか。頭の前の方、前頭葉のところは、ここが一番ゆっくり、ゆっくり成熟して、まあ完熟していくんですけれども、何歳で成熟してそのプロセスが終わると思いますか。選挙権と同じ18歳と思っている人、手を挙げて。20歳？ 25歳？（誰も手を挙げない）あれ、皆さん、知ってますね？ 答えは30歳です。なんでみんな、知ってるの？ それともわかんなくて手を挙げなかったのかな（笑）。30歳くらいになってようやく、頭の大事な前頭葉、ここが判断力とか犯罪抑制力とか、ここが成長してくる。だから20代なんてまだまだ… 皆さん、いろんな失敗もしたでしょう？ 家出もしたことあるんじゃないの？ いろんなことしてもいいです、失敗してもいいです。神経回路の配線ができる時期だから。30過ぎたらやばいよ。とくに10代は親とけんかしたり、友達殴ったり…とかしてないよね（笑）。いろんな危ないことしたから、それが間違っていることに気付いて、神経回路の配線がで上がるんです。20代までは。良かったね！ いろんな失敗をしてください。

そういうなかで、小さい時期にマルトリートメントという…、虐待という言葉はあまり使いたくないので。マルトリートメントというストレスを長期的に、養育者とか親から受けていると、ずーっとストレスが子どもにかかるんですね。そうすると、さあ、出ましたよ、脳が。これから一番眠たくなる時期ですから、眠らせませんよ（笑）。いいですか、ここ、扁桃体（へんとうたい）というアーモンドのような形をしたものが、皆さんの脳にあるんです。奥深いところにあります。ここは女子学生さんだから、あえて言うけれども、皆さんが、イケメンの誰がいいかな、ジャニーズ系の。そんなイケメンが目の前を通ったら、「うわっ、カッコいい！」「しびれるー」と思うでしょう？ そしたらね、この扁桃体が正常に活発に動き出すんです。恋愛というのはここなんです。この扁桃体が正常に働くんです。それから、赤ちゃんを見たときにも「かわいい」「あやしてあげたい」という気持ちが出るのが、この扁桃体だと言われています。

ここが、さっきのようにストレスを受けちゃうと、副腎皮質という、腎臓のそばにある副腎というところに指令を出して、ストレスホルモンを出すんですよ。そうすると、脳がどうやらいろんな意味で変化していく。さっき言ったように、脳だけじゃないんです。免疫の抵抗力や代謝にも影響を及ぼすんです。

私は、ハーバード大学に留学しているときに、タイチャー先生というお師匠さんと子どもの頃の思い出、皆さんもあるでしょう？ 嬉しい思い出、悲しい思い出、辛い思い出とか、そういったいろんな思い出を、一般社会に溶け込んでいる人から集めたんですよ。患者さんではない人から。なぜ患者さんではない人から集めたのか。患者さんの脳を調べると一番手っ取り早いんですけれども、うつ病の患者さんやPTSDの患者さんだと、その脳の影響というのがあるので、小さい時期のマルトリートメント、簡単にいうと虐待の影響かどうかかわからなくなるんですね。それで、いろんな人を選んで患者さんではない一般の人1500名から集めて脳を調べました。

そしたら、このように子育てで困難でマルトリートメントを受けた人たちは、20代でやっと成熟すると言われている前頭前野、それと聴覚野、皆さんの右の耳と左の耳のちょっと外側にあると

ころですよ。言語に関わる場所。そして扁桃体。奥深くあるところ。そういうところが小さくなる。変化していくことがわかってきたんです。

さあ、今日はダイジェストで説明しますよ。小さい時期に親から体罰を受けた経験のある人、手を挙げて。お尻をぶたれたことがあるとか… 私もあります。ああ、ありますね。楽しかった？ 嫌だったよね、悲しかったよね、痛くて。そういった体罰、ずーっとベルトでムチすえられ、お尻にあざができるほどぶたれてきた人たち、こういう人たちでも、まだ心の病を発症していない人たちを選んで調査したんです。

実はこれは厚生労働省のホームページから取ってきたんですけれども、もうね、体罰は百害あって一利なし。子どもに望ましい影響がないということ。これがようやく、ホームページから公表されたんです。これは111件のいろんな研究を統合して、延べ16万人の子どもたちのデータを分析したら、親による体罰は「ネガティブな親子関係」に望ましくない影響を及ぼす、「精神的な問題」にも望ましくない影響、「子ども時代の精神的な問題」にも。これはうつとか不安です。それから「反社会的な行動」、これはいろんな非行に走っていく、大人になっても。そして「小さい時期から攻撃性が出てくる」。こういったものすべてに望ましくない影響がある。以前は「タバコは百害あって一利なし」と言われていましたが、今は「タバコと体罰は百害あって一利なし」です。タバコと体罰、2Tですね。これが厚労省からやっと出されたんです。

さあ、私も調べました。皆さんのためにこのようにMRIを回してますよ！ 見てくださいよ、目を凝らして。皆さん、頭の前方、ここです。前頭葉。この辺に心があるんですね。皆さんの大事な大事な心がある。心が折れるとか、心を砕くとか言うでしょう？ この前頭前野の一部が小さくなっているのがわかる。ここが障がいされると犯罪抑制力に関わってるので、問題行動をいっぱい起こしやすくなります。診断名でいうと素行障がいというものです。それから、ここは感情に関わっている。うつ病の一種、気分障がいという症状が出たりします。とても大事なところが厳しい体罰をずーっと受けると影響が出てしまうということがわかっています。

さっき手を挙げてくれた人、親から体罰を受けて痛かったと思うのよ。体罰は痛みを伴います。痛みに関する疼痛伝導路というのがあります。痛みの道筋ですね。視床というところから痛みが前の方に行くんですけれども、激しい体罰をまったく受けていない人たちの集合体に比べて、細くなっているのがわかるかな？ こういうふうに脳が変化していくのもわかってきたんです。痛みを感じにくいように脳が変えていくんですよ。そうすると、大事なときに痛みが感じられなくなってしまったり、むしろ些細なことで、ちょっとした痛みが100倍くらいになってしまう場合もある。

さて、「厚生労働省の愛の鞭（むち）ゼロ作戦」を今年5月から始めました。子どもへの体罰は世界50カ国以上で、法律で禁止されているんだけど、日本だけ甘いんです。成人男女の6割が容認するという体罰。親は一生懸命しつけているんですけど、体罰は良くないですよと、厚労省の研究班が今年初めて出したんですね。これは「健やか親子21」というホームページから無料でダウンロードできるリーフレットです。小児科、産婦人科、子育て支援の窓口などに置いてあります。

皆さんもダウンロードできるので、ご家族や友達など周りの人に見せてあげてください。体罰は家庭でもだめなんです。学校でもタブーですよ。あなたたちが、学生であっても語り部になってほしいです。

では、両親のDVを目撃した子どもの脳の発達はどうなのか。これもすごいことが分かったんです。平成16年だからもう13年前になりますが、児童虐待防止法というのが改正されたんです。子どもの目の前でDVが行われることは、もうマルトリートメントの一つですよ。面前DVと言います。両親が激しい激しい夫婦ゲンカをするんです。殴られたり、お母さんがお父さんを蹴ったりとか。この前来た夫婦は、お母さんがお父さんを足蹴にするんです。朝から弁当を作るのはお父さんの役割で、お父さんが作っていないと「バカヤロー」って言う。暴言を吐くDVを子どもの目の前です。今、そういうのを近所で気が付いたら、通告する義務があるんですね。DVを目撃した子どもは、いろんなトラウマの反応、心の傷ができてしまう。そして、怖いのは知能や語彙理解力、言葉に関わる理解力が低下することがわかってきたんです。

DV、ドメスティック・バイオレンス、家庭内暴力と言いますが、その割合は内閣府の調査では全家庭の23.7%に発生している。そして身体的暴力だけではないんですね。精神的な、言葉の暴力とか、子どもを使った暴力、脅迫、性的なDV、支配的行動、モラハラみたいなものですね。情報や支援のアクセスの制約、日常行動の監視、経済的な圧迫。ひと昔前に「冬彦さん」というテレビドラマがあったんだけど、皆さんは知らないでしょうけど、あれはDVだったんですね。子どもがDVを目撃するという観点からいくと、当然、殴る蹴るという身体的DVは90.1%あるんですけども、7割近くが暴言DVを目撃している。すごく多いでしょう？

DV家庭に育った子どもは、子どもたち自身はDVを受けていなくても、後々こういういろんな心の病気、摂食障がい、睡眠障がいも出る、認知・行動発達の遅れ、自殺企図、いっぱい出てきているんですね。

さあ、またMRIを回しますよ。後頭葉の視覚野がどうやら小さくなるということがわかってきたんです。視覚的な記憶力、記憶力、視覚的な感情処理にとっても大事なところ、そこが障がいされていることがわかってきたんですね。びっくりいたしました。

では、身体DVと暴言DVのどちらを目撃する方が脳に悪く響くか。さあ、皆さんに聞きますよ。身体的DVを目撃した子どもの脳の方が影響があるのか、暴言DVの方か、どちらだと思いますか。身体的DVの方が影響が大きいと思う人？（数人挙手）。私も最初はそう思ったんです。暴言DVと思う人（数人挙手）。なんで答え知ってるの？（笑）実は6倍以上、暴言DVの方が影響が大きいことがわかってきたんですね。そうするとDVというものを「身体的DVに限定する理解は被害を見えなくする」んじゃないかなと思うんです。たとえば身体に傷があったら、お父さんがお母さんを、また逆も多いんですが、DVを受けているんだとわかりますが、言葉のDVってわかりにくいでしょう？でも、これはICレコーダーで録音すればいいんですけど。まあ、それは置いていて…。

私は『子育て困難により傷つく脳』という本を書いたんですけども、最近はこのように子どもへの虐待は「子育て困難」ですよと言い換えることにしました。少子化の中、虐待加害者である親を犯罪者扱いで終わりでは済まされない時代になっているんです。

ごめんなさい、資料に入っていないものもありますので。私は日進月歩でどんどんスライドが増えていくので。スライドをしっかりと見ててください。これを見れば理解できるというスライドしか持って来ていませんからね。

皆さん、小さいときの記憶は、おそらくこういうふうに整理整頓されていると思います。しかし、小さいときにマルトリートメントを受けた人たちは、こちらのように「トラウマの記憶」、心の傷ですね。親の怒った顔、怒鳴り声、ドキドキしたことなど、未整理で断捨離できずにあふれかえっているんですよ。そのことを、私のメンターであるタイチャー先生が脳科学で証明してくれたんです。こちらが健常対象者、嫌なトラウマの健康がまったくない人、こちらがトラウマ経験がたくさんある人たち。違いがあるでしょう？ この緑色のところは冷たい、寒い、痛いという感覚を思い出せるのに大事な脳の領域なんです。喩えるとハブ空港のハブと思ってください。ここからネットワークを張っているけれども、健常対象者はそのネットワーク、神経回路のことで、それがすっきり、渋滞もなく張られています。まるで福井県の北陸道みたいと言ってます。一方、被虐待者はまるで大阪のような都市高速ですよ。渋滞があつてぎゅうぎゅう詰めで、ちょっとした些細な刺激でパニックになる。すぐ「冷たい」とか「痛い」とか心の痛みを訴えるんです。痛み、不快も同じです。些細なことで不安になったりするんですね。

このように未整理の箱があつて、フタがしまらないくらい。ちょっとした、トラウマを想起させる、気付かせるような刺激によってフラッシュバック、嫌な思い出がよみがえってしまう。これが「トラウマ記憶」です。これをきちっと処理したり、整理したりしないと、ずーっとお年寄りになっても亡くなるまで、心の傷を引きずってしまうんですね。

この海、日本海を見てください。東尋坊です。行ったことある人？ ないんですか。夏休みに来てよ、冬の方がいいですけど。波が荒々しくて。よくサスペンスドラマの舞台になるところです。この写真にタイチャー先生、ソウル大学のキム先生が写っていますが、一緒にシンポジウムをしたんです。そのときにタイチャー先生が「生態的表現型」という話をしてくれました。うつ病の人で、マルトリートメント経験がある人となない人の違いがある。マルトリートメント経験があるうつ病の人は、若くして発症する、そしてすごく重症化してしまう。長期化する。そして、多重診断数が多い、ほかのいろんな心の病を合併してしまう。治療がなんぎすると。違い、わかった？ 同じ心の病気になっても違いがでてくることがわかったんですね。それは慢性疼痛症の人も同じです。マルトリートメントのある、ないで、こんなに違いが出てくるんですね。

では、これから「愛着(アタッチメント)」の話をします。皆さんにとってもとても大事な、勉強をしてほしいところです。今までこういうセミナーで「アタッチメント」という言葉は何度か聞いたことがあったと思います。親と子どもがボンド、接着剤のようにくっつくような、その役

割がアタッチメントなんです。「愛情」ではないんですよ。「愛着」と「愛情」はよく取り違えられるんですけども、「愛着」はノリみたいなものです。親と子に愛着、アタッチメントがあるから、子どもが正常に発達を遂げる。目と目で見つめ合ったり、手と手で触れ合う、そしてほほ笑む。お母さんからだけじゃないですよ、お父さん、場合によっては養育者であるおじいちゃん、おばあちゃん、施設の先生や保育園の先生、いろんな先生とアタッチメントが形成される。親は子どもにとって言うなれば安全基地、港ですね。そして、「まさかのときの避難所」になるんです。怖い思いをしたときにいつも逃げ帰れる港、安全基地として機能を果たしていると、子どもはどんどんいろんな外の世界に飛び立っていけるんですね。

しかし、そのマルトリートメントを受けている子どもには、なかなか安定したアタッチメントが形成されないとわかってきたんですね。日常的にガミガミ言われたり、体罰を受けたりすると、親が消えたときに後追いをしない。皆さん、猫や犬を飼っていると、後追いしたりしますよね。子どもと親がちゃんとした場面で、親がいなくなったときに子どもが泣いたり、後追いしたりするのは正常なんです。それがきょんとしたり、知らんふりしたりする。そして、親が戻って来たときに寄っていかない。知らないふりをしている。それは不安定なアタッチメントが形成されていると考えられるのです。

アタッチメントの問題というのは、多動性行動障がいが出た人たち、そして衝動や怒りのコントロールの障がい。不安をきたしたときに、安全基地である親が港としての機能を果たしていないと、いろんな問題行動を出すと言われています。

こういうふうに、アタッチメントにもいろんなレベルがあって、適応から非適応。適応というのはいいアタッチメントです。セキュア・アタッチメント、次にインセキュア・アタッチメント、ちょっと不安定。そしてディソーガナイズ・アタッチメント、これはとくにマルトリートメントを受けた人たち。非常に混乱しているアタッチメントです。さらに、この辺からディスオーダー・アタッチメント、セキュア・ベース・ディストーション、最重要形がこの反応性愛着障がい、脱抑制愛着障がい。これらは診断名なので非常にむずかしいのですが、こういうスペクトラムであるということを知っておいてください。安定したアタッチメント、最重要形の心の病気になるような。スペクトラムであるということ。

典型的な症状はこれらです。他人に対して無関心である、用心深い、イライラしやすい。外向きに出ると、落ち着きがない、友達とトラブルが多くケンカになる。逆に、人見知りがない、初対面でもすりすりと接触してくる場合もあります。これらは典型的なアタッチメント、愛着障がいの症状です。

この赤ちゃん、あえて目を見せますが、アイコンタクトがない。10人くらいの医療者が自閉症の初期だろうと診断しました。視線が合わない、名前を呼んでも振り向かない。しかし、違っていたんです。おばあちゃんからの暴言虐待をずっと受けていたんです。アタッチメントの形成がうまくできていなかったんです。幸い、この子はそのおばあちゃんから引き離されて、なんと3週間で、見てください、こんなふうに笑顔が戻って視線が合うようになって、こんなふうに笑顔

が似合う赤ちゃんに戻ったんです。たった3週間で戻ったんです。

自閉症は発達障がいと言われます。遺伝的な要素がある、脳の障がいと言われています。愛着障がいはちょっと違うんですね。こういうふうに、いろんな自閉症のような症状も出ますし、ADHDと言われる、注意欠乏多動症と言われるような症状も出てくる。発達障がいの臨床の中で混乱を招いています。なかには、愛着障がい、愛着形成障がいがあるために、育ちがちょっとゆがんで見える、そういう人たちもいらっしゃるということです。

意外と多いんですよ。社会的養護を受ける子どもさん、施設に入っている子どもさん、里親に引き取られている子どもさんの4割に、この愛着障がいが出てくるとわかってきました。また、最初に言ったように、薬物に手を染める、その時期が早くなる。2、3年早くなることもわかってきました。2、3年早いということは小学校低学年でも薬物に手を染める子どももあり得るということです。

さあ、皆さん、ドーパミンの話。残念ながらリボタンDには入っていませんよ(笑)。皆さんが一色先生や西尾先生にほめられたときにドーパミンが脳から出るんですよ。試験のスコアが良くて、レポートが良くて、先生たちがほめると「さあ、がんばって、またレポートを書こう、完璧にしよう」と。家族からほめられたときも、この目標に向かってエンジンをかける、ドーパミンが出る。この出方が愛着障がいの子でもどうなっているのかを見たんですね。福井大学で行いました。そうしましたら、ご褒美であるお金、お小遣いをもらうときに「やったー！」とドーパミンが普通は出るんです。ところが愛着障がいのお子さんは出にくいことがわかってきたんです。

これは大変なことなんだと見るだけじゃなくて、ここから何がわかるのか。愛着障がいのお子さんは、普通の子どもたちよりもっと、ほめ育てをなささいということなんですね。いいですか、脳科学ってこういうふうに理解するんです。ドーパミンが出てないから、悪いからだめなんだと終わるんじゃなくて、じゃあ、どうしましょうかと考えることなんです。

去年、YouTubeでも動画が配信されていますけれども、一般の人たちにわかりやすいように紹介しました。何歳の時期にマルトリートメントがあると、ドーパミンが出にくい脳になるのかというのを調べたところ、びっくりしました。赤ちゃんのときなんです。生後1歳くらいにマルトリートメントを受けていると、ドーパミンの一番出やすいところから出にくくなる。もしかしたら、これが後々に依存症になってしまうかもしれない、日本中が薬物汚染になってしまうかもしれない。

ですから、言いたいことは、できるだけ早い時期にマルトリートメントをしている家庭の情報をちゃんといろんな機関に繋げられるかということなんです。このように「視覚野の特定の部位が小さい」ことも出してきました。愛着障がいのお子さんは脳が変化している。「癒されない傷は治らないのか?」。そんなことは絶対にありません。治るんです。皆さんだって、20代後半まで脳の成熟は進んでいくんですよ。発達の特徴があったり、アタッチメント、心の傷、こういうこ

とがあっても、ちゃんと克服できるというプロセスがあるんです、レジリエンスという。こういうことが合わさって、子どもの育ちが変わっていくんです。治る傷であるということ、小さな脳の萎縮があったのが心理治療で大人でも9カ月間で治ることが、約9年前にわかってきました。

いっぱい次々に出てきますが、小さいときに虐待によってPTSDを発症した人の海馬、記憶を溜めておく部屋が増えるとか、心理カウンセリング、専門用語で認知行動療法と言いますが、それを受けると、扁桃体の暴走が減って、大事な前頭前野というところの働きが改善されることもわかってきました。

私たちも調べました。どんな時期に一番どういう脳の働きがトラウマから回復しやすいのか。「実行機能」といって、明日こうしようことを判断して実行する、それから「ワーキングメモリー」、短期で記憶する大事な能力。これを働かせることによって、トラウマを克服しやすい。心的外傷後の成長が高い人ほど、「実行機能」「ワーキングメモリー」と関わる脳の連結が盛んにうまくいっている。脳トレ、体操や運動、心理カウンセリング、ヨガや瞑想、マインドフルネスなどで心の傷が回復しやすい可能性が出てきたんです。

マルトリートメントを受けた人たちのケアがいかに大事かとわかっていただけたと思うんですが、愛着の再形成は可能です。時間はかかるんですよ。安定した愛着が形成されていないから、育て直しをしないといけない。時間がかかる、根気よく。でも、普通の子ども以上にほめ育てをする作業をすれば、必ず形成されます。場合によって施設の先生でもいいんです。児童自立支援施設の先生が一生懸命向き合って、その子どもの問題行動が落ち着いてきたという例はいっぱいありますよ。そして、子どもの生活・学習支援。施設のマンパワーをあげる必要もありますね。それから、フラッシュバックへの対応、解離、人格、意識や記憶が変わるようなことに対する心理的な治療をやっていく必要がありますね。さまざまな心理的治療が出てきています。

子どもだけでなく、親と一緒に関わりを再構成するという必要があります。子どもだけよくならんじゃだめなんです。まあ、どうしてもマルトリートメントをしてしまった親、子の人たちの修復プログラムをしないといけない。関係性を修復しないと子どもたちは元気になりません。こうした箱庭を使った心理的治療も行われていますし、EMDRという眼球を動かす、タッピングですね。こういうことを行って、小さい頃のトラウマをよみがえらせて治療する。専門家が一緒に作業する。トラウマに焦点を当てた心理カウンセリングもあります。専門のトレーニングを受けた人にしかできないので、まだ全国でできていないのが残念ですけども。マインドフルネスで心の傷が治るだろうと、少しずつエビデンスが出てきていますね。

情報の循環が大事です。みんなで守る、見守る。愛着障がいを持つお子さんはいろんな問題を起こすので、学校の先生、施設の職員、心理士さん、みんなで囲んで情報の循環を生み出す。こういった作業が大事ですね。小さい時期に、乳幼児の支援をいかに行うか。教育に対する政府のお金のかけ方がいかに大事かということは、米シカゴ大学のヘックマン先生が出してくれました。費用対効果。学校教育にお金をかけるよりも、やっぱり乳幼児だろうと。その中で子育て支援対策も大事だろう、早ければ早いほど社会的費用対効果が高いことがわかってきました。

私は今、「虐待を防ぐ方法」だけでなく、「子育て困難に対する対策」を、法律の先生、心理の先生、基礎医学の先生たちとやっているところです。親の子育てストレスのバイオマーカー、これはなんで子育てストレスに強い人と弱い人の違いがあるのかなと。どうやら共感性といって相手の気持ちを思いやることができる、心の理論、そういったところに関わる働きが落ちている人は子育てストレスに弱い傾向があるとわかってきたところです。

ちょっとご紹介しますが、『子どもの脳を傷つける親たち』という本を書きました。甲南女子大学の図書館にも1冊置いてあると思いますので、借りて読んでください。それから、こういう博士後期課程の学生も募集中です。福井大、大阪大、金沢大、浜松医科大、千葉大の5大学での連合大学院です。学位が3年で取れますので。興味がある人がいたらご紹介ください。

最後に、こういう言葉を紹介しますね。「サイエンス、科学は私たちの世の中のものの見方を変える」んです。これはNASAの宇宙飛行士の言葉で、地球の外に出て初めて地球がすばらしいオアシスだと気付いたんですね。私たちもサイエンスを進めることで、生きている人生、私たちの命だけでなく、この社会、未来、そして健康なあなたたちの次の世代、これから生まれてくる次の世代、この人たちを幸せにしないといけない、元気にしないといけない。そういう意味では、こういう学際的な「子ども学」という科学が必要になるのかなと思います。

今月28日土曜の夜にテレビ番組「世界一受けたい授業」に出ます、1限目に。笑ってください、いろんな人とからみしましたので(笑)。時間があったら見てください。ご清聴ありがとうございます。

一色：どうもありがとうございました。大変すばらしい、いろんなお話をさせていただきました。テレビ番組にも出られるとのことなので、今日、もし、ちょっとわかりにくかったという人は友田先生が出られる番組を見ていただきたいと思います。それともう一つ、新しい本『子どもの脳を傷つける親たち』が図書館にあるとのことでしたが、ぜひ自分で買って読んでみてください。

では西尾先生、パネリストとしてお願いします。

西尾：友田先生のお話を身のすくむ思いで聞いておりました。私も子育てを妻と一緒にしてきましたし、その中で先生のおっしゃるマルトリートメントに当たるようなことはいっぱいしてきたと思うわけです。そのことが我が家の子どもの脳にどのような影響を与えているだろうかと考えると、怖くて仕方がありません。しかし最後に先生がおっしゃってくださったように、回復する可能性はたくさんあるし、その希望はどの年代の人にもあるのだということなので、少し救われたと思います。どのような結果であれ、最終的には子どもに許してもらえないかなと思っております。

友田先生が「虐待」という言葉をあまりお使いにならずに、「マルトリートメント」という言葉が使われたことに、一つの大きな意味があるのだと思います。「虐待」というと、ハードなイメージがあって、「そんなこと、私とは関係がない。一部の人が子どもに対してやっていることだ」と

いう思いを抱きがちですが、“不適切な扱い”はたくさんあるし、我が家にもありました。そんな私の家にあったお話からします。

皆さんには1年生のときに人間発達論の授業でいろんなビデオを見てもらっていますが、その中でうちの子どもが出てきましたね。うちの子どもは生まれつきショートスリーパー、あまり寝ない子です。一方、妻はロングスリーパー、しっかり寝ないと体がもたない人なのです。これはそれぞれの特性ですから仕方がないことです。どっちがいいとか悪いとかの問題ではありません。ただ、この組み合わせはあまりよくないわけです。子どもは早く起きておっぱいを欲しがりますし、そうすると妻は起きざるを得ないし、私は仕事に行くからと隣で寝ている。妻は一人で朝早く起きて、子どもをベビーカーに乗せて近所をウロウロしている。子どもは夜中も起きたりしますので、妻は眠ることができず心身共に疲れ果ててしまうわけです。もう、これは早く断乳してしまおう、そうすれば楽になるだろうと、1歳3カ月頃に断乳しました。

すると今度は妻の女性ホルモンが大きく変化したのです。妊娠、出産で変化し、断乳でもまた変化する。良かれと思ってやった断乳が、妻のホルモンバランスを崩してしまったのです。妻はゆううつな毎日を過ごすようになって、断乳から2カ月後、子どもが1歳5カ月のとき、身体的虐待の一手手前ではなかったかと私は思っています。

で、その状況になってようやく私は「このままではいけない」と気づき、私の実家の母に来てもらいました。母に来てもらったその日、仕事から家に帰って来たとき、家から笑い声がすることに驚いたのです。つまり、家の中から聞こえる笑い声に驚くぐらい、家の中から笑い声が消えていたのだということに気が付きました。その翌日、妻と子どもは私の実家に行きました。実家に行って数日後で妻から非常に明るい元気な声で電話があり、全く違う様子に驚くとともに、サポートしてもらえる人間関係があって良かったとつくづく思いました。皆さんに伝えたいのは、子育てをする前にサポートしてもらえる人間関係が自分の周りにどれだけあるのかと考えて、育児に入ってほしいということです。

これは私の経験ですが、虐待、マルトリートメントというものは決して他人事ではなく、どのような家庭でも起こり得るものなのです。そしてそれは私の例でいうと、よい悪いの問題ではなく、母と子という二人の人間のそれぞれが持って生まれた違い、睡眠タイプの違いから始まっている。まず、そのことを理解してほしいと思います。

次に、先生のお話を伺った質問です。私にとって一番衝撃だったのは、DVの目撃だけで脳に影響があるということです。とくに言葉の影響が大きいことについて非常にインパクトがありましたし、疑問にも思いました。なぜ身体的DVの目撃よりも言葉のDVに遭遇する方が、6倍も影響が出るのか。なぜ「言葉」なのでしょう。

それと同時に、自分ではなく他の人がマルトリートメントを受けていることを目撃しても影響が出るならば、以前から言われているように、ゲームやメディアでの暴力、暴言などを見聞きする子どもが、影響を受ける可能性はあるのでしょうか。さらに、子育てをしていて常に感じてい

たことなのですが、メディアを通しての言葉の影響です。たとえばニュースを見ていても子どもに聞かせたくない言葉（「刺す」「殺す」など）がニュースで毎日のように出てきます。子どもにあまり聞かせたくないと思いながら、ニュースを見ていました。これがもしかすると、子どもに対して何らかの影響を及ぼしていたのでしょうか。大きな影響はなかったとしても、毎日受けるの刺激としてどんな影響を及ぼす可能性があるのか、お尋ねしたいと思った次第です。

もう一つ、以前から気になっていた言葉がお話に出てきたので、伺いたいと思います。「EMDR」という治療法を最初に知ったのは、杉山登志郎先生の本からです。この「EMDR」とは、先程ありましたように、眼球を動かしながら、過去のトラウマ体験を思い出すことによって、そのトラウマのネガティブな側面が薄れ、トラウマがトラウマでなくなっていくという、トラウマ解消の一つの治療法です。しかも、短時間で効果があるという。最初にこれを知った時には、そのような簡単な方法でトラウマが解消されるのかと、訝しく思ったのですが、現在は WHO も推奨しているのですね。左右の脳に交互に刺激を与えつつ行う曝露療法がなぜ効果があるのか、お尋ねしたいと思います。まだしっかりしたメカニズムのエビデンスは出ていないとおっしゃっていましたが、トラウマ解消のメカニズムに関して何かわかっていることがあれば教えていただけたらと思います。

友田先生は最後に、認知行動療法への期待と学生へのメッセージをお話されましたが、そのメッセージは、今日私が作ってきた学生へのメッセージと同じでした。もしかしたら、この中にも辛い経験をしてきた人がいるかもしれないし、私自身も私の娘から後々「あんな子育てをされて嫌だった」と言われるかもしれない。そうしたすでに起こってしまった「事実」を変えることはできない。しかし、見方を変えることはできる。友田先生は、サイエンスは見方を変えていくものだとおっしゃってくださいましたが、私も同じことをお伝えしたいと思います。「事実」に対する「見方・解釈」を変えることは可能であると。そして、新しい自分の物語を紡ぎ直すこと、そこにこそ私たちの自由があるのだと、私は思っています。皆さんにもそういうふう生きてもらいたい。友田先生と同じメッセージをお送りして、私の話を終わりたいと思います。

一色：ありがとうございました。では、さっそく友田先生、西尾先生のお話についてお願いします。

友田：西尾先生からの大変フランクなご質問がありましたが、ご自分の子育てをあれだけ客観的に捉えられているのはすごいことだと思います。私もいっぱいマルトリートメントをしてきた親ですから、本にも書いていますが、ご自分を客観的に見られることは先生も親として成長しておられるんだろうと思います。

まず、皆さんにお伝えしたいのは、子どもが生まれたら、そのときからいきなり親になることです。つまり、誰も親の勉強なんてしていない。大学で保育士さんになる勉強をしていても、自分が親となつての子育てってむずかしいんですね。赤ちゃんが生まれたら、そこからすぐに「さ

あ、あなたは親なんですよ」と、完璧な親を周りも社会も期待する世の中になってきているんだと思います。ですから、そんなにおっかなびっくりでいかないでください。西尾先生もおっしゃっていらしたけど、大変なことを乗り越えたからこそ、「育児は育自」、つまり自分を育てる、親は親なりに成長するんですよ。子どもから与えられる喜び、生きる楽しさは無限大にあります。子育てするとマルトリートメントしやすいし、大変なんだと、そんなことを話しにこちらに来たのではないんです。子育てをするときは自分も一緒に成長することを、まず知っておいていただきたい。

何度も言いますが、マルトリートメントによって脳がかたちを変える、しかしその中でもやり方、対応を変えると脳は回復していく。「脳の可塑性」と言いますが、脳が柔らかいということなんです。言ったでしょう、皆さん、20代の終わりまでは悪いことをしてもいいよって(笑)。誰かがめっちゃくちゃ怒ります。でもそんなときにちゃんと導いてくれる大人がいれば、反省したり、同じ間違いを起こさないように、神経回路の配線の修復は可能なんですね。

では、西尾先生にいただいたコメントについて、まず、なぜ言葉のDVを目撃する方が身体的DVの目撃より影響が大きいのか。私もびっくりしたんですね。母親が父親からぶたれて顔をはらせたりしているのをずっと見ている方が影響は大きいんじゃないのと思っていたんですね。ああいう結果を見て、また心理的な、トラウマ反応のような症状を見ますと、言葉の暴力というのは想像がつかないほど影響が大きいんですね。家庭内での言葉のDVですから、言葉が家中に響くんです。子どもが見ないように努力して部屋を別にしても、暴言は響くんですね。その言葉は脳の中で繰り返し繰り返しリフレインされていく。

もう一つは、なぜ暴言が脳に響くかと言いますと、存在感さえ否定されるような、たとえば「お前は生まれてこなければよかった」「死んだ方がましだ」というような。「ばかやろう」となじられるだけじゃなくて、生きている価値が否定されるような言葉を暴言と言います。そうすると、先程言いましたが、皆さんの耳の近くの右と左にある聴覚野というところが、神経シナプスというネットワークを張って、どんどん活発に広がっていくんです。奈良の「せんとくん」って知っていますか、ゆるキャラの。あの頭の角のような… あんな頭だと重たくて自然に、脳の刈り込み現象と言いますが、盆栽みたいに剪定が行われるんですよ。ところが、言葉の暴力があると、その剪定現象、脳の刈り込みがなくなっちゃうということが、わかってきているんですね。そうすると、私のようなウグイス声で話すとき、西尾先生のような張りのある声で話すときの大事な大事な音を、聴覚として聞けなさいいけないときに、刈り込みが行われていない、「せんとくん」のような頭、雑木林のようなところ、まるで雑草の中のようなだと思ってください。そうすると大事な小さな音が入りにくくなる。だから、言葉の暴力、とくに面前DVの場合は言葉のDVの方が影響が大きくなる。もちろん、視覚的な影響、殴る蹴るというDVからの影響も大きいんですが、何度でも言うように、言葉は、響くんですね。そういうことが一因ではないかなと言われています。

そして、もう一つのご質問、メディア等を通した暴力場面や言葉の影響について、最初に言いましたように、子どもの発達に悪い影響を及ぼすものは、すべてマルトリートメント。ですから、

見せてはいけなような、たとえば性的なビデオもそうですし、暴力が多分にふられているメディアにさらすことも、一つのマルトリートメントと見なしております。子どもの発達に対する影響も大きいです。ビデオゲームによって脳がうまく発達しないということも、東北大学のグループによって一つだけ出てきています。脳科学はまだ道半ばですけども、心理的な影響、子どもへの悪い影響というのはメディアを通しての暴言、暴力も…。最近の「ハゲ」とかの暴言を何度もテレビで流すのはどうなのかなとも思いますね。ですから、私は講演会などでは、激しい夫婦ゲンカは子どもさんが見ていないところでしなさいよと言っています。

一色：どうもありがとうございました。

〈第二部〉

一色：では、これから皆さん方と先生方と一緒に今日のテーマについて、いろいろと考えていきたいと思います。何かご質問を出していただければ。

一般 A：大変興味深いお話をありがとうございました。脳のいろいろな部分が傷つくというのはわかったんですが、逆に癒しの場合、たとえばいい音楽を聞いたり、美しい絵を見たりとか、どのくらい癒しの効果があるんでしょうか。そういう報告とかがあれば教えていただきたいです。

友田：今のご質問で私も癒された気がします(笑)。講演会などでマルトリートメントと脳科学の話をしていて、後半にアタッチメント、愛着の話を持ってくるんですが、それは何か打つ手があるんじゃないかと気付き出したからなんです。トラウマは本当に心の傷ですから、傷というのはきちんとした治療、ケア、ある意味支援をしていかなければいけません。時間がかかる作業ですが。でもアタッチメント、愛着というのは、生きとし生けるもの、人間だけでなく動物でも、いろんな立場でも、必ず存在するプロセスなんです。アタッチメントの中に、誰でも、皆さんでもできるプロセスがあれば、子どもの脳はしっかりいい意味で育ちますよと、メッセージで伝えなかったんですね。

今のご質問は癒しですから、芸術などによって脳がどういうふうによい意味で変わるかということですね？

一般 A：どういう時期にどういうものをやったら、影響があるのか、もしヒントがあれば。

友田：赤ちゃんも最初は1対1の関係から、だんだん他者との関係ができ、外に出ていくというプロセスがありますので、そのプロセスに応じて外からの刺激を与えることはいい意味でも影響があります。それがないと、ルーマニアのチャウシェスク政権のときに大量に出た、孤児研究で

里親さんに引き取られた子どもは、劣悪な環境の施設で育つよりも発達が見違えるように変わったという報告があります。またマイケル・ラター先生は1歳前にそういう刺激をあげた方がいいんじゃないかなと言っておられますし、まあ三つ子の魂とも言われていますし、2、3歳頃までにいろんな意味で外からの刺激を与える。また社会性が芽生えるという意味で保育園や幼稚園、社会での集団保育もそういう時期に始めた方がいいというエビデンスはいくつか出てきています。もちろん個別で音楽を聞かせたりという情操教育というか、いろんな刺激、それは間違った親の思い込みの刺激ではなくて。私が強調させていただきたいのは自然との接触かな。そういったものは、ある意味早ければ早いほど、視覚聴覚というのは1歳前から発達していきますので、心地よい環境、とくに自然との接触というのは大事なかなと思います。その中で、今日、私がとくに言いたかったのは、親御さん、養育者が笑顔で子どもに接すること、そして愛情ある語りかけ、怒ったように言わない。私は診療時にも親御さんによく言うんですが、怒るのはいいけど1分以内に収めなさい、長ければ効力があるというものじゃないと。親であるがゆえに子どもの行いを正すために注意をしたり、怒ったりすることは、どの親でも絶対にありますよね。そのときに親のストレスを反映させてだらだら愚痴のように言わない、繰り返し言わない。悪いということは1分以内で言いなさいと。

一般 B：今日はありがとうございました。マルトリートメントという言葉ですが、長いですね。

友田：長いですね。「マルトリート」とも言いますが、メントとは名詞ですよ。「トリートメント」、マルが「悪い」「異常」という意味です。これでもう覚えていただけたのでは？

一般 B：被虐待児童とか言われますよね。

友田：マルトリートされたチャイルドと言いますからね。

一般 B：何かこう日本語でもっとわかりやすい響きの言葉があれば…と思うんですが。私も虐待というあまり印象が良くない言葉だと思うんです。ですので、もっとわかりやすい言葉にすれば、理解が広がるんじゃないかと思うのですが。

友田：名案だと思いますよ。このセミナーで決めましょう(笑)。稲垣先生、何かないですか？

稲垣：友田先生は「不適切な関わり」と…。

友田：はい、最初にご紹介したように、マルトリートメントの日本語訳は「不適切な養育、関わり」としています。でも「不適切な養育児」というとまた長いので。まあ、私は一言で言えるマ

ルトリートメントでいいのかなと思っています。いろんなお考えがあるかと思いますが、虐待と言うと、みんなが「私は関係ない」と思ってしまうんですよ。でもマルトリートメントと言うと、西尾先生も正直にお話されましたが、誰にでもあるんですよ。大なり小なり。私もいっぱいしてきました。

一般 B：私もしてきました、親ですから。

友田：そう、親ですからね。でも親を責めて終わりということでは終わらない時代なんですよ。親もストレスがありますし。今日、最後に親の脳科学に進んでいると申したのは、なぜ親が子どもをぶったり、暴言を吐いてしまうのか。まあ、あの国会議員の方もなんであんな暴言を吐いてしまったのか(笑)。キャパがなかったんでしょうね。余裕がなくてね。親を責めて終わりという時代じゃなくて、なぜそういうことに至ったのかプロセスを考えないといけない。何か予防策が得られなかったのかなと。西尾先生がおっしゃっておられたように、誰かに相談できる下地があると全然違うんですよ。人類遺伝学的に、私は専門家ではないんですけども、ゴリラやチンパンジー、オランウータンの専門家皆さんがおっしゃっているのは、昔、人間も含めて霊長類は共同保育だったんです。ムラ社会、共同体で、ダメ親父がいたら、おじさんゴリラが代わりに育てるとか、よく聞いたし。人間社会もムラ社会があって、核家族という言葉自体がなかったですよ。文明社会の悲しい、一つの泣き所ですよ。文明が進んで、インターネットや SNS とかデジタル化が進んで、核家族で、家族が個体として生きられる世の中になったけれども、子育てに関しては哺乳類的にももう無理があるんです。そりゃあ、お金持ちのところは乳母がいますよ(笑)。東南アジアのフィリピンとかタイとかは、ほとんど乳母がいます。日本だけです、核家族で完璧な親を期待されて、乳母どころか待機児童の問題すら解決していない。そのあたりを解決していかないと、ただ虐待、虐待と言っても、この時代、解決しないんじゃないかと思います。ですから、私は、これからは、もちろん児童虐待問題も無視はできないんですけども、養育者支援の方に視点を向けていかないと出生率は上がらないと思います。

一般 B：私も共働きの娘が近くに引っ越してきて、男の子3人の孫で、その手伝いをするようになって、先生がおっしゃったように、娘のキャパが小さいから苛立ちが多くなり、苛立ちが多くなると子どもにあたってしまう。そこを私たちが手助けするとずいぶん違うなあと感じています。

友田：それは生物学的にも進化の中で証明されて、『Nature』にも出ているんですよ。2004年に「おばあちゃん仮説」として。なぜ「おじいちゃん仮説」にならなかったのか(笑)。更年期を迎えた、ある程度子育てが終わった(おじいちゃん)おばあちゃん世代が孫育てを手伝うことで子孫繁栄をするということは、進化論的にも認められたと出ています。実のおじいちゃんおばあちゃんがそばにおられるところはいいですが、私は、それはなかなかむずかしいと思います。核家族

で県外に実家がある場合とか、父子家庭母子家庭もある。ですから、子どもは実の親だけじゃなくて社会が育てていくというスタンスを定着させないといけないと思います。

一般 B：今、私たちは豊中でヘルシー・スタートという活動を始めようとしているんですが、ご存じでいらっしゃいますか。アメリカでされているプログラムなんですけれども。妊娠して子どもが生まれる前から、とくに虐待を受けたお母さんや生活困難者とかの家庭に1週間に1回なり入ってサポートする。そういう活動をし始めたんですけれども、そういう方たちはなかなか表面に出てこないし、助けを求めてこないというのが現状ですね。行政といかに繋がっていくかを今、考えてはいるんですが、なかなか簡単には繋がっていきません。

友田：ネウボラもそうですし、海外でいろんないいシステムが立ち上がって日本にも入りつつありますが、児童相談所の人たちもおっしゃっているのは、親自身が支援を受けようとしません。差し伸べる支援はあっても。で、結果的には介入になっちゃうんですよ。だから、予防的な支援ができれば、親も子どももどんなにダメージが少ないか、脳のことだけでなくいろんな意味でね。後々のことを考えるとね。医学もそうですが、やはり予防の時代ですので、予防の意味での本格的な子育て支援システムを作っていくといけませんよね。大阪は何でも早いんですよね。依存症に対しても、虐待に対しても。私は社会実装をやるように言われていて、今、大阪府こころの健康総合センターと話し始めましたので、実装のタネができましたら、またご協力いただくといいと思います。支援が大事なんですね、介入じゃ遅いんですよ。みんなわかっているんですけどね。マンパワーもお金も、時間もかかりますし。

一般 B：妊婦のときから愛着の関わり方を学べば…

友田：そうですね。母親学級とか、何か学ぶ機会が必要なかもしれませんし。今、いい意味でも悪い意味でもeラーニングの時代なので、紙媒体じゃないんですね。母子手帳もどんどん電子化になってきていますし。病院のカルテもほとんど電子化されています。早い時期からそうしたものの教育ができて、社会全体で動いていく仕組みが必要な時代でしょうね。

一般 C：私はこども園に勤めておりまして、以前、養護施設にもおりました。今日の脳科学のお話で、「大阪の環状線のようだ」というのが非常によくわかりました(笑)。当時、子どもたちが試してるんだなあと思うことが多く、試して試して、この先生はどこまで耐えられるのか見ている。先生としてはだまされてなんぼみたいなところもあって、そう見ていたんですが。いくら言ってもまったく入らない子どもも結構いて、「なんでわからへんねん」と思いながら向き合っていたんです。でも実はそうじゃなくて、シャットアウトというか、そういう回路になっていない子どももいたのかなと、今にして思います。養護施設や母子施設などで、このお話をお伝えし

ていけたらなと思っています。

友田：どうぞ語り部になっていただけたら(笑)。

一般 C：マルトリートメント、虐待は子育て困難というお話もありましたが、現場にいる者として、これまでもそうでしたが、発見をして子ども家庭センターから見守りをということで見守りをして、これはそうだなとなれば送致、一時保護となるわけです。でも、その後のフォロー体制が、悲しいかな、まったく取れていない。一時保護をして返し、また保護をして…と繰り返す。子ども家庭センター等が悪いというのではなく、うちとの連携、マンパワーの問題もあり、なかなかむずかしい。予防ももちろん大切なんです、事象が発生してしまった後の親も含めてのフォローに、もっとマンパワーもお金も時間もかけていく必要があるんだろうなと思いました。

それと神戸市にも里親促進協会がありますが、日本では海外に比べて里親さんが少なく、親と完全に引き離さないでだめだという子どもたちの場合、施設もそうなんですが、一人でいいので特定のその子にとってのキーパーソンがいらっしゃれば、おじいちゃんであれおばあちゃんであれ、誰であれ、その子はそれまで失っていたものを取り返すことができると思うので、そのあたりも含めて体制をしっかりとつくっていただければなと思いました。

そして、あと一つ、こども園で働く私が言っているわけではないかなと思いつつ、この頃よく言っているのが、イクメンとよく言われていますが、ちょっと抵抗があるんですね。イクメンは確かに増えてきていますし、お母さんたちにとってイクメンはいいことだとは思う反面、場合によってはお母さんが二人いるような家庭になっているのではないかなと思ったり。まあ、わりとお母さんが細かいこと、たとえば「靴を早く履きなさい」とか「ご飯をこぼさずに食べなさい」とか言いますよね。でもお父さんも同じように言っているんですね。この役割が絶対お母さんじゃないとあかんとは言いませんが、やはり父性と母性それぞれの役割というものがあるんじゃないかなと。動物として、包み込むような母性、そしてある程度大きくなったとき、思春期になったときに、背中を押すような、突き放すというか、まあそれを父性というのか、そういう違いはどこかでいるんじゃないかなと思ったりしています。

友田：これから、イクメンはもっと増えていきますよ。男女共同参画で女性がどんどん社会に出ていかないといけませんし。

一般 C：子どもが反抗期にあるときにバンと背中を押すような父性がなくなってしまうかと思ったりしているのですが。

友田：今は親性と言っています。父性母性というのではなくて、どちらも親としての立場で子どもにどう対峙していくかという、ものの見方の方が大事だと思います。ご存知のように今の子ども

もは打たれ弱いです。昔は教師からビンタされることも結構ありました、もちろんそれで心折れた子どももいましたが。でも今、学校でも体罰はタブーです。厚労省がやっとキャンペーンを始めたように、家庭でも体罰をやめていこうとなっています。職場でもハラスメントという言葉が出てきたように、心折れる人が増えている、ストレスに弱くなってきているんだと思うんですよ。今の子どもたちを見ていると、父性でバンと…というのはいかがなものかなと。今、ストレスに非常に注目する社会だと思います。PTSD という言葉も結構、皆さんご存じです。父親として母親として役割分担があっても、親性として子どもに対する関わりはある意味同じようになるのでは。先生がおっしゃっているお父さんは、昔の地震・雷・火事・親父のイメージ、星飛馬のちゃぶ台をひっくり返した親父のようなイメージで、それはまあわかりますけど、今の社会がそういうイメージのお父さんを求めているかというと、そうでもないんじゃないかなと思います。もちろん、そういう家庭もあると思いますよ。でも、そこで繰り返されるトラウマを持った子どもたちを、私は外来でいっぱい診ています。

一般 C：星飛馬まではいかないんですけど。お父さんが子どもが小さい頃から細々としたことに関わり過ぎてしまうと、思春期の頃に「僕はこうしたいんだ」と相談する相手としての父親、もちろん母親であってもいいかもしれないんですけど、どうしても細々したことを言われると、そこから逃げたい、反抗したいとなったときに、お母さんが二人だと…、そのあたりの役割分担というか…。

友田：まあ過干渉は良くないですけどね。結果的には言葉の暴力になりますし、兄弟間の比較に繋がったらなおさら良くないですね。子どもは育つ段階で視点が変わってきますよね。3歳と10歳が同じ風景を見ても、感じ方がまったく違う。アメリカでは性的虐待とされているんですが、お父さんが真っ裸で家の中を歩き回ったら逮捕されちゃう。お父さんが娘たちに一緒にお風呂に入ろうと言うのも良くない。年齢に応じて思春期、むずかしい時期になったら、女の子はお母さん、男の子はお父さんと。子どもが年齢によって変化していく、ものの見方や感じ方が変わっていくことを親御さんもちゃんと理解していただきたいと思いますね。それは父親も母親も変わらないんじゃないかなと思います。

ただ過干渉は良くないです。それは心理的マルトリートメントということに繋がって、脳の脳梁というところが小さくなって、脳梁とは右脳と左脳を統合するところです。感情を非常に統合しにくくなると言われています。すべて脳に直結するわけにはいきませんが、子どもの育ちに依拠して親も見方を変えていく。それが、親が変わる育児、自分が変わる「育自」だと思います。自分を変えないといけない。誰だって最初から100%完璧な親なんていないですよ。親を経験して人間的にも成長する。私自身もそうでした。二人の子どもの親としてまだ完璧ではないんですが、悪戦苦闘しながら自分の中で成長してきたなと思います。西尾先生も同じことをおっしゃっています。私は人に対して優しくなったんですよ。前は完璧な小児科医で「一日20gのミルクを

飲ませなきゃだめですよ」なんて言ってたんですよ。そんなことあり得ないよね(笑)。

おっしゃっていらっしゃるのは、「お母さんが二人居ても仕方ないんじゃないか」ということでしょうが、お父さんとお母さん二人がいるのは理想形ですよ。子どもは親を選べませんから。マルトリートメントが起こって親と子どもが引き離されると、子どもは自分のせいでこうなったと本当に思うんです。認知がゆがんでくるんです。何回も「あなたのせいじゃない」と言っても、自分のせいで親がこういうことをしているんだと言い張るんですよ。そういうときには、親も自分のことを考えるような修復、一部のところでは始まっていますが、関係性を修復するようなプログラムをすべての自治体で始めていただきたいと思いますね。私自身はイクメンに賛成なんですよ。母親だけに家事の負担がかかるのはちょっとね。

一色：一つだけいいですか。思春期になると役割分担とおっしゃいましたが、私も役割分担はいいと思うのですが、男性はこういうもので女性はこういうものと決めるのは違うんじゃないかと思います。子どもにとって二人のお父さん、お母さんで役割がいろいろ変わっていくのがいいんじゃないかなと思います。

西尾：議論をおもしろくするために私の話もちょっと(笑) 妻は虐待一步手前までいったと言いましたが、周囲のサポートもあって、今は子どもを“溺愛して”育児をしています。それを見ていて、過干渉とは違いますが、子どもが成長していくことへの寂しさみたいなものを、妻は私よりも強く感じていると思います。ですから、勢い抱え込むタイプの母親になりがちなのですね。抱え込もうとする母親から子どもが、巣立っていきたい、自立したいというときに、父親としては子どもの背中をちょっと押してやり、それと同時に妻の方にもサポートするような役割。父親として権威主義的に大きい声を出したりいばったりするのではなく、しかし確かに、母親とは違った父親としての役割はあるのかなと思います。

一般 D：私は看護師で里親をして、グリーフ専門士としていろんなサポートをしています。先程、ヘルシー・スタートのお話が出ましたが、私も実際にネグレクトとか虐待などいろんな事情があった子どもさんと一緒に生活をして思うことは、当たり前前の生活がこんなに大事なのかと。子どもたちは怒られるけれどほめられた経験がないので、最初はほめてもあまり受け止めていない。親は悪いことをしたら目を向けてくれるものとネガティブ・ストロークの中で育ってきた子どもさんが多いので、ちょっとしたこと、たとえばトイレの扉を閉めたとか、靴を並べたとか、お返事してくれたとか、当たり前前のことを一つずつほめていくことが大切だと感じています。悪いことがあっても、それが誰かを傷つけたとかじゃなければ、ちょっと大目に見て、ほんのちょっとのいいことをほめていくことで、子どもはこんなに変わるんだと実感しています。親御さんも児相や行政の方に悪いレッテルを貼られたらだめだという気持ちが先に立ってしまう、その信頼関係がなかなかむずかしいのですが、同じ子どもさんを一緒に育てるという思いがあって、お母さん

の方から「実はこんなに辛い思いをしてきた」とお話いただくことがあるんです。ヘルシー・スタートのように、お母さんに支援をしたいんだけど、お母さんはどういうふうに分の気持ちを伝えたらいいんだろうか、今まで話したことで傷ついた、せっかく勇気を振り絞って信頼して話したけれども傷ついてしまって、心の中にガムテープを貼ってしまうことがあるので、お母さんたちの心のガムテープをいかに外して、寄り添うことができるか。縦の関係ではなく横の関係でいられる人間が必要なんだと、今日のお話を聞いて感じたところですよ。

試し行動と言われますが、子どもは大好きな人と別れなきゃいけないかったりするので、愛着形成の確認だなどと思って育てると、子どもとラクに付き合える。やはり、子どもたちをほめる、シャワーのようにほめるのが大事かなと。一日の中で起こることはほんの少しなのに、それを怒ってしまうと子どもはこの人も信じられないと思ってしまう。今日のお話を伺って、脳を刺激するというか、活性化することで、修復できるんだとよくわかったので、このことを誰かに伝えていきたいと思ひます。ありがとうございます。

一色：ありがとうございます。ほかにどなたか。

一般 E：私も虐待などの窓口をやったことがありまして、今、里親会で子どもたちと関わっています。虐待を受けた子どもたちは、自分が悪いから親が怒るんだと常に自分に対して否定的な見解の中で育ててきている。今年、厚労省が虐待を受けた就学前の子どもの75%を里親さんに育ててもらおうという方針を出しまして、児相や里親会の中ではまあ、結構揺れているんですが。議論はいろいろあるでしょうが、目標としてはいいんじゃないかと思ひます。施設だけで育つよりも少しでも里親さんと一緒の方が良くなっていくのを見ているんでね。そういうことも大切かと思ひました。それと、今日の先生のお話、脳に影響があるということをお教えていただいて良かったと思ひています。ありがとうございます。

一色：ありがとうございます。では最後に稲垣先生いかがでしょうか。

稲垣：甲南女子大学の稲垣です。先程、児童福祉法が改正してのお話がありました。実は私、今、明石市の児童相談所をつくる検討委員会委員長をしているのです。明石市では就学前の子どもはすべて里親、100%里親で養育するというを目標にしています。私は一時保護所はいらんとお言ったのですけれどやはり作ります。そこで就学前の子どもの里親をリクルートするという国の政策を全国展開しようとしています。児童福祉法が変わって、児童養護施設あるいは社会的養護の方たちがずいぶん混乱しています。児童福祉法の改正に関するシンポジウムを11月12日に東京で開く予定になっていますから、ぜひお越しいただけたらと思ひます。現場の方たちと法改正に関わった方たちとのバトルがあると私は期待しているのですが(笑)。主体的に何かをやらうということも大事なのですけれども、子どもの側から考える、つまりパラダイムの転換というか、

子育てがあれば「子育て」もあるのだということです。

私は虐待臨床をやっていて、三つの治療方向性を考えています。まず一つ目は生活療法、生活をきちっと環境調整する。これが保育所の保育原理に当たるものですね。二つ目がトラウマ治療です。これは友田先生がいろいろご紹介されたように、今、本当にいろんな治療法が出てきますので、すごく期待しています。三つ目は人間関係療法です。親子の人間関係、先程、父性母性の話が出ましたが、大人との人間関係で非常に重要だと考えています。この三つを統合したかたちで日々、治療しています。子どもを中心にしたら、生態学系な治療方針という考え方になるかなと考えています。でも、児童虐待は社会問題として政策が進みますので、社会的に向かって何か子どものために、あるいは日本のために、あるいは世界のために、あるいは地球のためにやっていかないといけないと思っています。私たちは子どもを中心に、ぜひ知恵を働かせながらやっていければなあと思っています。

一色：いわゆる一般の大人は、これまで身体的虐待、性的虐待、心理的な虐待、ネグレクトなどの言葉でやってきたような気がするんですね。けれども、そこには友田先生がおっしゃったように、具体的に親と子、家族のこととかが見えてこないんです。見えてこないんで、先生がマルトリートメントという言葉、不適切な養育とおっしゃったんじゃないかなと思います。成長過程の脳はそういうことで変形する可能性があるということを、私たち大人が一生懸命考えなければいけない時代なのだと思います。どうもありがとうございました。